

Приём пищи	Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Гор.блюдо	223.15	Пудинг творожно-пшённый с соусом молочным (сладким)	170	36-90	307,3	14,9	14,38	31,5
	Гор.напиток	375.01	Чай чёрный с лимоном	200	2-16	58,6	0,24	0,06	15,22
	Хлеб	0.08	хлеб пшеничный	40	1-94	88,8	3,04	0,32	19,68
	Фрукт порционнo	28.01	яблоко	100-120	11-00	42,7	0,4	0,4	10,0
			Итого:	52,00					
Обед	Закуска	7 ЗП	Салат «Витаминный» (капуста консервированная, кукуруза)	60	4-375	61,00	1,90	2,50	7,80
	1 блюдо	83,03	Борщ со свежей капустой и картофелем на бульоне	200	12-027	59,65	1,37	2,12	8,76
	2 блюдо	291,33	Плов с птицей	230	45-98	407,63	16,15	17,02	48,46
	Напиток	407	Сок фруктовый	200	7-00	86,4	0,2	0,26	22,2
	Хлеб	5,00	хлеб ржано-пшеничный	50	2-42	90,5	1,32	0,24	17,10
	Фрукт порционнo	28.02	Апельсин	190	24-908	40,00	0,90	0,2	8,10
			Итого:	96,71					